

キッシュロレーヌ



材料 (21cmタルト型)

①

米粉…150 g
バター…70 g
卵…1個

②

ほうれん草…1/2把
玉ねぎ…1/2個
ベーコン…3枚
しめじ…1/2株
ミニトマト…適宜
植物油、塩、こしょう

③

卵…3個
A
生クリーム…100cc
牛乳…100cc
塩…小1/2
こしょう、ナツメグ
ピザ用チーズ…40 g

④

トマトケチャップ

《準備》

タルト型にサラダ油を薄く塗り米粉(分量外)を振り余分な粉を落とし冷蔵庫で冷やす

① フードプロセッサーに米粉、1cm角に切り冷たくしたバターを入れ回す。溶き卵を加えて生地を作る。(ねりパイ生地) ラップで包み30分冷蔵庫で休ませる。丸く伸ばしタルト型に敷く。ピケをしてオーブンで150°C15分下焼きをする。

② ほうれん草は茹でて3cm長さに切り水分を絞る。玉ねぎは薄切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。しめじは小房に分ける。油を敷いたフライパンで炒め、軽く塩、こしょうをする。粗熱を取り①の上に散らす。

③ 溶き卵の中にAを加え混ぜる。①の中に流し入れ、上にピザチーズを散らす。オーブンで180°C30分位焼く。

④ 切り分け、好みでトマトケチャップをかける。